

ふれあい雪谷

平成22年

あさがお

通巻第79号



石川台 澁谷 武次さんの作品



母校の思い出 39

楽しかった臨海学校

小池小学校、私の母校、幼かった私が初めてとびこんだ社会生活へのスタートライン、60年も前のこと、どうまとめるか、思いつくままに筆をすすめます。

入学式は校庭でした。自分の教室に入ったとき、前の黒板の全面に桜満開の絵がチョークで描かれていて、とてもうれしかった。

低学年の頃は二部授業でした。ある日、自分の席にカバンがあり、何人もの同級生も同様で、どうしたら良いのか困りました。時間帯で、早番、遅番があった事がわかりませんでした。また、ある時は、自分達のカバンが外に投げ出されたりしていました。

運動会で思い出するのは、校庭が揺れていた事です。徒競争が始まると、座っている尻に揺れがつたわり、何故か楽しかった。高学年のとき、トレーニングパンツを履き、組体操をした事、トレーニングパンツの裾から足うらにゴムを回し、パンツがズレぬようにして鉄棒の回転をした事は、とてもはれがましい思い出として残っています。

臨海学校では久里浜に行きました。プールがなく、海での水泳検定があり、海水に顔をつけ、バタ足だけでの泳ぎ、黒のマーク2本、下から2番目のクラスでした。

林間学校は、箱根宮ノ下のキャンプ場、テントの初体験となりました。すでに完成済みのテントの周りの溝づくりが雨水対策である事を知りました。全員で班ごとに明星ヶ岳めざしてのハイキング、途中で、先生方からのクイズに答え、夜はキャンプファイヤをかこみ合唱した事、とても楽しい思い出です。

(東中 H. T.)

【編集後記】

平成二年に創刊された「ふれあい雪谷」も七十九号を数え、二十年の歴史を重ねて参りました。

「ふれあい雪谷」は九自治会に配布され、今まで、数多くの方々が執筆、登場して下さいました。私たち編集委員も、風光明媚な洗足池、子供たちに安らぎを与える小池公園等が点在している、この美しい「雪谷」を誇りに精進して参ります。

(東中 南 健治郎)

【発行】地域力推進雪谷地区委員会
【編集】ふれあい雪谷編集委員会
連絡先 雪谷特別出張所
大田区東雪谷三六二
電話 三七二九一五二一七
【発行日】平成二十二年七月一日
通巻第七十九号

ホームページ

<http://www.city.ota.tokyo.jp/nishi/yukigaya/index.htm>

私の健康法 38

日々の入浴

「健康法」を記せと言われ、日頃健康に携わる仕事に就きながらまさしく「何やらの不養生」を地で行く己の姿に冷や汗を流しています。そのなかで一つだけ欠かすことなく実践している健康法を紹介させて頂くならば、それは「入浴」であります。

「誰だってやっている」という声が聞こえそうですが、それを承知で入浴の意義、重要性を述べさせて頂きます。

入浴することで血流や発汗が促進、代謝が活性化され老廃物や疲労物質の貯留が防がれ、短期的には日々の疲労回復

復や睡眠の促進、長期的には生活習慣からの様々な疾患(腰痛、肩こり、脳血管や内臓の疾患、認知症など)の予防、ひいては老化そのものを緩やかにしてくれます。

日々シャワーや烏の行水で済まされている方は、今一度入浴の効能に目を向けるべきと考えます。

入浴するに当たっての効果的な知恵や工夫についてはまた機会があれば記させて頂きます。

(上池台 保坂 浩貴)



サークル紹介 47

笹丸歩こう会

「お天気がいいのでちょっと郊外でも出かけてみようかな、でも、何処へ行こうか、一人ではつまらない、止めておこう」

このような声を聞き、気軽に、何の制約もなく、都合がついたならば参加出来る散策の会を開いております。

企画する方も手間をかけず、

町内の掲示板に行く場所と月日と集合場所・時間を掲示して、当日、時間に集合した人たちで出発します。遅れてきた人はすみませんが置いてきぼりです。

二か月に一回位の割合で、季節の花を求めての都内の庭園めぐり・下町風情を求めての散歩

きや近郊の野山行きと二時間ほど、ワイワイおしゃべりをしながら、散策を楽しみ、その後は待ちに待った昼食となります。この会に参加する人はなぜか目的地に着くと早々に「お昼はどこで、何を食べさせてくれるの」と歩く前から問いかけてきます。

すべて行き当たりばったりですが、皆さん自分なりの楽しみ方で参加されております。

今年行った所は「曽我梅林」「天平の丘公園」です。

(笹丸 中島)



地域と共に

大田区南部の多摩川沿いに位置する、南六郷小学校からまいりました。どうぞよろしくお願いいたします。

3月31日の朝、事務引継ぎで小池小学校を訪ねた際、少々早く洗足池駅に着いたので、小池公園まで足を伸ばしてみました。満開の桜とともに、芽吹き前の様々な樹木、色とりどりの花を付けている低木や野草が目を楽ませてくれました。池に目を向けると、澄んだ水を通して、先が三つに分かれた足跡が底に残されていました。「シラサギかな」「食物になる魚も、魚の食物になる水生の動植物も多そうだな……」名前はよく分からないながらも、心引かれる動植物との出会いに胸を躍らせながら、池の周りを一周しました。

本校では、全学年で小池を学習環境とした授業が計画されています。季節と共に動物や植物がどのように変わっていくか、子どもたちと共に学びたいと思いました。

小池公園だけでなく、洗足流れも潤いと安らぎを与えてくれる貴重な自然スポットであることが分かりました。

人だけでなく、他の動植物にとっても同様です。周辺の道々から眺められる庭木や花壇の花などにも、野鳥や蝶などが多く飛来しています。この地域は、住宅地であるとともに、住民の方々により自然が大切に守られ、多く残されている地域であることが分かり、たいへん嬉しく思いました。

私共は、恵まれたこの自然を受け継ぎ、今後も守り続けていく子どもたちを、皆様と共に力を合わせて育ててまいります。昨今、放課後や休日の子供たちに、室内での遊び、疑似体験が中心の遊び、全身を動かすことなく汗をかく遊び、多くの仲間とのかかわりの少ない遊びが多くなっており、懸念されています。

恵まれた自然環境の中で、地域に暮らす多くの人々の暖かい眼差しに包まれて、子どもたちが元気よく過ごすことができますよう、今後ともよろしくお願いいたします。

(池の台 小池小学校長 永井 昌美)

美しい環境づくり 34

緑が豊かなすがすがしい環境を

雪谷の町を歩いていると、家々の庭の緑が目に入ってきます。緑の樹木は私たちにすがすがしい感じを与えてくれます。夏は緑陰で一息入れることが出来ますし、冬の北風を防いでくれます。それだけではありません。緑は大気汚染物質を吸着したり吸収して空気を浄化してくれます。南雪谷には町の真ん中に、もみじが丘といって、狭い道路の両側に紅葉が植えられていて、秋には綺麗に紅葉します。昔の人たちの賢い街づくりだったと思います。

ブロック塀の家を多く見かけますが、大地震の時には崩れて危険です。大田区には、生け垣助成制度があって、道路に面したブロック塀を生け垣に作り直す際、1mにつき、1万5千円の助成金が支給されますので、ブロック塀のお宅はこの際、生け垣にされることをお勧めします。

(連絡先：大田区環境保全課緑化担当 TEL.5744-1365)

(南雪谷 藤田 敏夫)

人事異動のごあいさつ

平成22年4月1日付けで、川上所長の後任として雪谷特別出張所長に就任いたしました久保輝幸です。よろしくお願いいたします。

昭和58年に大田区に奉職し、最初の勤務先が土木部管理課でした。当時、商店街を対象にした、ふれあい道路整備のために、石川台や希望ヶ丘の通りを調査したことを思い出します。これからも緑豊かで、伝統と歴史ある雪谷の地域力向上のため、地域の皆様と出張所職員と共に精一杯努めてまいります。

職員では、船越英子さんが退職、阿由葉信晃・伊東芳生・栗原麻実さんが他所へ。新しく田子満佐代・堀田孝・小川郁夫・小林崇史(新人)・河村友香里(新人)さんが赴任しました。皆様、よろしくお願いいたします。

自治会長さんが替わりました。

雪谷石川台自治会長 (新)金子 義一 (旧)近藤 忠夫
希望ヶ丘自治会長 (新)小松克一郎 (旧)堀越 昇

「ふれあい雪谷」の編集委員が替わりました。

笹丸自治会/成瀬 千代子さん→荒井 啓治さんへ
南雪谷自治会/太田 眞弘さん→立麻 裕穂さんへ
となりましたので、お知らせいたします。

備えて安心!

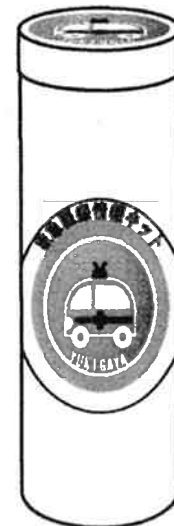
救急医療情報キットについて

皆様すでにご存知のように、大田区雪谷地区では「救急医療情報キット」を作成しました。

この「救急医療情報キット」は高齢者や障害者などの安全、安心を確保することを目的に「かかりつけ医」「薬の情報」「持病」「緊急連絡先」などの医療情報や「診察券(写)」「健康保険証(写)」などの情報を専用の容器に入れ、ほとんどのお宅にある冷蔵庫に保管しておくことで、救急隊員が見つけやすく、万一の救急時に備えるものです。また、頑丈な冷蔵庫で保管することによって災害時にも効果を発揮します。

9つの各自治会でもこの「救急医療情報キット」をお勧めしております。詳しいお問い合わせ、キットご希望の方は、お住まいの自治会にお問い合わせください。

(東雪 西本 頼雄)



俳句

浜木綿の花の白さよ夜の海

(上池上 小林 迪子)

したたる汗拭いていつもの顔になる

(上池上 栗山 昭子)

絵日傘をくるくる廻すはるけき日

巡り来しあの夏の日の空青き

狭き庭降りわけてゆく夏の雨

(東雪 水野 喜久句集より)



ほたるのゆうべ

日時 7月24日(土) 午後7時30分~午後9時
場所 洗足池水生植物園八つ橋
小雨決行、悪天候のときは25日(日)に順延